॥ ॐ ॥

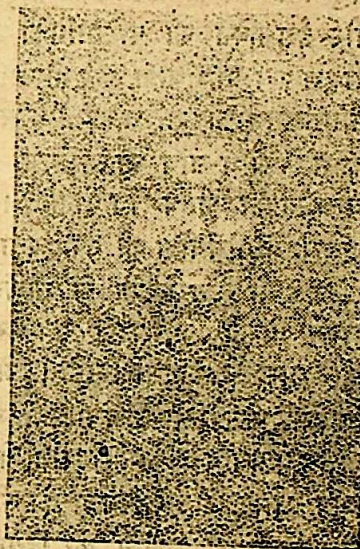
उत्तराखंड तीर्थ यात्रा

साधु—प्रज्ञानाथजी विरचिता

केदार संगम गंगोत्री

पो०:—उत्तरकाशी (टिहरी-स्टेट)

स्वामी प्रज्ञानाथजी

स्वर्गीय सेठ नित्यानन्दजी

की पुण्य स्मृति में उन्हें सादर समर्पित

प्रकाशिका:—श्रीमती फूलीबाई अग्रवाल

लाल इमली, ऊलन भण्डार, इतवारी, नागपुर

:: प्रस्तावना ::

तीर्थ यात्रा मनुष्य के मन की पवित्रता, निर्माल्य, स्वार्थ-हीन त्याग और ईशभक्ति की परिचायिका है। यदि सच्चे हृदय से मनुष्य तीर्थयात्रा करे तो उससे शान्ति मिलती है, आत्मचिंतन की शक्ति बढ़ती है और ईश्वर-भक्ति के विकास के साथ-साथ आत्मसंयम, सेवापरा-यणता और बन्धुत्व का आविर्भाव होता है।

प्रस्तुत पुस्तक में तीर्थयात्रा की उपादेयता बतलाने के साथ ही लेखक ने उत्तराखण्ड के तीर्थस्थानों के सम्बन्ध में अपनी विशद् जानकारी रख कर तीर्थया-त्रियों का बड़ा भारी उपकार किया है। मेरा अपना विश्वास है कि इस पुस्तक से तीर्थयात्रियों को काफी लाभ होगा। साधु प्रज्ञानाथजी ने तीर्थस्थानों के सम्बन्ध में अपनी विशेष जानकारी लिपिबद्ध का तीर्थयात्रियों को बहुतसी कठिनाइयों को आसान कर दिया है। इस पुस्तकसे तीर्थयात्रियों को लाभ होगा ही—इस से आम जनता की जानकारी में भी वृद्धि होगी।

रामाश्रय उपाध्याय
"सम्पादक लोकमत"

॥ ॐ ॥

तिर्थ यात्रा क्यों करें।

तीर्थ यात्रा की उत्तम विधिको वर्णन करता हूँ सुनो– इससे देवदान व–वन्दित भगवान की प्राप्ति हो जाती है, मनुष्य के शरीर में झुड़ियां पड़गई हो, सिरके बाल पक गये हों अथवा वह अभी नौ जवान हो आई हुई मौत को कोई नहीं टाल सकता, ऐसा समझकर भगवान की शरणमें जाना चाहिए भगवान के कीर्तन, श्रवण, बंदन तथा पूजन में ही अपना मन लगाना चाहिए। स्त्री पुत्रादिक अन्य संसारी वस्तुओं में नहीं। यह सारा प्रपंच नाशवान क्षणभर रहने वाला तथा अत्यन्त दुःख देने वाला है परन्तु भगवान जन्म मृत्यु और जग–तीनो ही अवस्थाओं से परे हैं ऐसा विचार करके भगवान का भजन करना उचित है।

मनुष्य काम, क्रोध, लोभ और दम्भ से अथवा जिस किसी प्रकार से भी यदि भगवान का भजन करे तो उसे दुःख नहीं भोगना पड़ता। भगवान का ज्ञान होता है पाप रहित साधु जनो का संग करने से। साधु वही है जिनकी कृपा से

मनुष्य संसार के दुःखों से छुटकारा पा जाते हैं। काम लोभ से रहित तथा वीतराग साधु पुरुष जिस विषयका उपदेश देते हैं वह संसार बन्धन की निवृत्ति करने वाला होता है, तीर्थ में भगवान के भजन में लगे हुये पुरुष मिलते हैं जिनका दर्शन मनुष्य की पाप राशि को भस्म करने के लिए अग्नि का काम देता है इसलिए संसार बंधन से डरे हुये मनुष्य को पवित्र जल वाले तीर्थों में जो सदा साधु—महात्माओं के सहवास से सुशोभित रहते हैं अवश्य जाना चाहिए। यदि तीर्थों का विधि पूर्वक दर्शन और सेवन किया जाय तो वे पापका नाश कर देते हैं।

अब तीर्थ सेवन की विधिका वर्णन करता हूँ सुनो पहले स्त्री पुत्रादिक कुटुम्ब को मिथ्या समझकर उसकी ओर से अपने मनमें वैराग्य उत्पन्न करे और मनही मन भगवान का स्मरण करता रहे। तदनन्तर भगवान का नाम लेते हुये तीर्थ यात्रा आरम्भ करे।

एक कोश जाने के पश्चात् वहां तीर्थ या जलाशय हो तो स्नान कर क्षौर कर डाले। यात्रा की विधि जानने वाले पुरुष के लिए ऐसा करना अत्यन्त आवश्यक है। तीर्थों के ओर

जाते हुए मनुष्यों के पाप उसके बालों पर ही स्थित रहते हैं अत उनका मुण्डन करावे। इससे बाद बिना गांठे के डंडा कमण्डलू और मृग चर्म साथ में ले लेवे तथा लोभ का और राजसिक भाव का त्याग करके तीर्थोपयोगी भेष बना ले। विधि पूर्वक यात्रा करने वाले मनुष्यों को विशेष रूप से फल प्राप्ती होती है इसलिये पूर्ण प्रयत्न करके तीर्थ यात्रा की विधि का पालन करे जिसके दोनों हाथ दोनो पैर तथा मन और जिह्वा अपने वश में हैं तथा जिसके पास विद्या विनय तपस्या और कीर्ति रहती है वही तीर्थ के वास्तविक फल का भागी होता है।

" हरे कृष्ण हरे कृष्ण भक्त वत्सल गोपते।
शरण्य भगवान विष्णो मां पाहि बहु संसृते: "

जिह्वासे इस मन्त्र का जप और मनसे भगवानका ध्यान करते हुए पैदल ही तीर्थ की यात्रा करनी चाहिये। तभी वह महान फलका साधक होता है जो असमर्थ है वह सवारी में बैठ के भगवान का नाम उच्चारणा करते हुए ही यात्रा करे परन्तु बैल-गाड़ीया बैल के ऊपर बैठकर तीर्थ यात्रा न करे जो अनिच्छा से भी तीर्थ यात्रा करता है उसका भी आधा फल मिलता है तथा पाप क्षय भी होता है परन्तु विधि के साथ तीर्थ दर्शन

करने से विशेष फलकी प्राप्ती होती है। तीर्थ यात्रा एक प्रकार शारिरिक तप है। इसलिए तपसे जैसे पापक्षय होता है तीर्थ यात्रा से भी पाप क्षय होसकता है। तीर्थ में जाकर पहला रोज उपवास करना चाहिऐ दूसरारोज देवदर्शन श्राद्ध तर्पण आदिक करके साधुओं ब्राम्हणों को भोजन देकर खाना चाहिए तीसरा दिन देवता ठाकुर द्वारा या वहां कोई महात्मा हो तो उन्ही के दर्शन करके सेवा विनय और भक्तिसे युक्त होकर आत्म कल्यान पूछना चाहिए। याद रक्खो कि महात्माओंका सत्संग का लाभ उठाने के लिए ही तीर्थ यात्रा स्वीकार किये हो। उनको दर्शन नही करके लौट जावोगे तो यात्रा कर मुख्य फल से वञ्चित रहोगे। तीर्थों में सत्य, सरलता, क्रोध का त्याग देवता और अतिथियों को देकर अन्नादिका ग्रहण इन्द्रियों और मन को वश करना जीव हिंसा त्याग और अन्तर की पवित्रता अवश्य पालन करे इनसे अभ्युदय और निःश्रेयस दोनो की सिद्धि होती है।

तीर्थ यात्रोपदेश

परद्रव्य, परान्न, चोरी, परनिंदा, वेइज्जती, अपमान कटु-वाक्य—ये तीर्थ फलके नाशक हैं। केवल दानही देवे न लेवे, और याचना न करे। जो कुछ मिले उसीसें खुश रहें। असत्य

भाषण न करें। एकाहार, मानस जप, सत्संग, मन और इन्द्रियों को काबुमे राखना, शक्तिके अनुसार दान देना-ये-अपने में हमेशा विद्यमान रक्खे।

गंगोत्री यमनोत्री महात्म्य।

कपिल मुनि के शाप से सगर राजा के ६० साठ हजार पुत्र भस्म होगये थे। उन्हो के उद्धार खाली गंगा जीसे ही हो सकता था। इसलिए राजा भगिरथ ने कठोर तपस्या के द्वारा गंगाजीको तुष्ट करने से गंगाजी राजा भगीरथ जी को दर्शन दी थी। गंगाजीने राजा को बोली, वत्स मैं तुम्हारे ऊपर प्रसन्न हूँ; मेरे पास वर मांगो। राजा भगीरथ ने कहा मान आप मेरा अभिप्रायको स्वयं ही जानती हो आपके सिवाय कपिल मुनि के शापसे भस्म हुये मेरा पितरोंका उद्धार नहीं हो सकता; अतः आप कृपा करके मेरा पितरों को उद्धार कीजिये। गंगाजी ने बोली वत्स मैं तेरे पितरों को तो उद्धार करूंगी ही कलिके जीवों को पाप हरन करने के लिए यहां ही रहूंगी इस प्रकार कहकर गंगाजी अन्तर्ध्यान होगयी और राजा चकित नेत्र से इधर उधर देखने लगा इतना ही मैं दो कन्यायें पर्वत शिखर पर देख पडी; राजा विस्मित होकर उनके पास गये और पूछा आप दोनों कौन हो। गंगाजीने कहा मैं तुम्हारा संराधिता गंगा हूँ और यह श्यामवर्णा सूर्यकी कन्या यमुनाजी है अब मैं तुम्हारे साथ चलती हूँ।

इस प्रकार कह कर गंगाजी जलधारा रूप से बहने लगी और वायेंधार से यमुनजी वहने लगी जिस स्थानेमे गंगाजीका प्रांर्दुभाव हुआ उसको गंगोत्री और जहां से यमुना जी का प्रार्दुभाव हुआ उस स्थान को यमनोत्री कहते हैं यहां उनकी मन्दिर भी है और उनकी यात्रा करने वाले को वैकुन्ठ प्राप्ती भी दुर्लभ नहीं है। गंगाजी की यात्रा करने वाले को पग २पर अश्वमेधयज्ञ का फल मिलता है इस प्रकार शास्त्र प्रमाण मिलता है। गंगाजी में स्नान करके गंगाजी की पूजा करनी चाहिए और भागिरथ सिवा. गौरी कुन्ड, केदार संगम और गोमुख में स्नान करने से उत्तरोत्तर दशगुण फल मिलता है। वडे २ विद्वान विरक्त महात्मा यहां निवास करते हैं उन्होको दर्शन करके तीर्थ यात्रा सफल करना चाहिए मसुरी से या टेहरी से धरासू होकर यमुनोत्री जाना पडता है। धरासू से उत्तरकाशी १८ मील है उत्तरकाशी से गंगोत्री ५६ मील है। नौ नौ मील वाद चट्टियां मिलती है।

गंगोत्री से बद्रीनाथ २२४ मील। गंगोत्री से भैरव घाटी ६॥ मील है वहां से धराली ६॥ मील है धराली से हरसिल २॥ मील है वहां हरीगंगामें स्नान करके नर नारायण का दर्शन करना चाहिए वहां से सुकी ६॥ मील सुकी से गंगाणी

नौ मील है गंगाणी तप्त कुन्ड में स्नान करके ऋषिजी को दर्शन करे। गंगाणी से भटवाड़ी ९ मील है वहां भास्करेश्वर को दर्शन करे और नवला नदी में स्नान करके शिवजी को दर्शन करने से देवप्रयाग से भी अधिक फल होता है।

भटवाड़ी से मल्हाही १॥ मील है यहां से ही केदारनाथ बद्रीनाथकी यात्रा शुरू होती है। भटवाड़ी से ६ मील जाकर एक पुल मिलता है यहां एक छोटी चट्टी भी है जहां घी सस्ता मिलता है, यहां से चढाई शुरू होती है तीन मील जाकर छूना चट्टी मिलती है। वहां से ६ मील खाड़ा चाढ़ई करके उतराई शुरू होती है रास्ते में दूध वाले का दो छप्पर मिलते हैं यहां दूध सस्ता है; जितना चाहे पी लों। छूणा से पंगराणा नौ मील है, पंगराणा से ४ मील उतराई करके झाला चट्टी मिलती है झाला से बुढाकेदार ५ मील है रास्ता कठिन नहीं है। बुढाकेदार दो नदी के बीचमें एक सुन्दर बस्ती है यहां बुढ़ाकेदार का दर्शन और संगम में स्नान यात्रियों को करना चाहिए बुढाकेदार से १ मील चढ़ाई करके ३ मील सीधा रास्ता से जाकर टोला चट्टी मिलती है वहां से ३ मील खाड़ा चढाई करके भैरव चट्टी में जाना पड़ता है। यहां भैरवजी की छोटी मन्दिर है और धूप मिलता है। भैरव

चट्टी से १॥ फर्लाङ्ग चढ़ाई करके ४ मीलकी कठिन उतराई है। रास्ता विकट है; जहां से टिहरी का सड़क मिली है वहां से रास्ता अच्छा है। गुत्तू चट्टी भैरव चट्टी से ५ मील दूर पर है। यहां से पंवाली की प्रसिद्ध चढाई शुरू होती है, गुत्तू से नौ मीलकी कठिन चढाई है रास्ता में दो स्थानों में गुजरों का छप्पर मिलता है दूध का भी २।३ छप्पर है। पंवाली से भंगू ९ मील है ३ मील तक चढाई के रास्ते में कांटा कांटा पर सड़क जाती है। सारे रास्ता चढाई उतराई का है भंगू से त्रियुगी नारायण ५ मील कठिन उतराई का है। त्रियुगी नारायण प्रसिद्ध तीर्थ स्थान है। यहां पार्वती के साथ शिवजी का विवाह हुआ था और आजतक हवन की अग्नी जल रही है यहां की अग्नी कभी नहीं बुझ पाती गुरू मंत्र जप करके यहां दस मांस हवन करने सें और ब्राह्मण भोजन कराने से मंत्र सिद्ध होता है त्रियुगी नारायण से गौरी कुन्ड ३॥ मील है १॥ मील रास्ता उतराई का है और २ मील रास्ता चढाई का है गौरी कुन्ड में और मन्दाकिनी में स्नान करना चाहिए गौरी कुन्ड से रामवाड़ा ३॥। मील है रास्ता चढाई उतराई का है। वहां से केदारनाथ ३ मील पर है रास्ता कठिन चढाई का है।

केदारनाथ महात्म्य

केदारनाथ द्वादश जोतिर्लिंग में एक है शिवपुराणमें इस जोतिर्लिंग का विशेष विवरण मिलता हैं केदार क्षेत्र में महा पापी का भी मृत्यु हो तो वह शिव हो जाता है यहां रेती कुन्ड और उदर कुन्डका जल माता को पीलाने से पुत्र मातृ ऋण से छुट जाता है।

गंगोत्री से गंगाजल ले आकर केदारनाथ में चढाने से और लिंग में घी मलनेसे शिवजी प्रसन्न होकर वरदान देते हैं यहां से भृगु तुंग २ मील दूर पर है। पान्डव लोग यहां से महा यात्रा करते थे–इस प्रकार प्रवाद है भीमसेन जब शिव जी के पीछे पडे तब शिवजी अपने को भैस बनाकर अपने शरीर को पांच जगह, में रखे थे–केदारनाथ, मध्यमेश्वर, तुंगनाथ रूद्रनाथ और कल्पेश्वर। मध्यमेश्वर उखी मठसे १२ मील है, तुंगनाथ उखीमठ से २१ मील है, रूद्रनाथ ५ मील माउल चट्टी से ११ मील है और कल्पेश्वर हेलांग चट्टी से दूर पर है।

केदारनाथ से नाला चट्टी रूद्रप्रयाग से केदारनाथको जो रास्ता गया है उसीका वापस मार्ग २२ मील दूर पर है। रास्ता

चढाई उतराई का है नाला चट्टी से उखीमठ ३ मील दूर पर है पहला १॥ मील का रास्ता उतराई का है और मन्दाकिनी का पुल टपकर १॥ मील खाड़ा चढाई करके उखीमठ में पहुंचना पडता है। यहां शीतकाल में केदारनाथ जी की पूजा होती है उषाराणी अनिरुद्ध चित्र लेखा की मूर्तियां मंदिर में दर्शनीय है। उखीमट से ३॥ मील पर गणेश चट्टी है। वहां से प्रथी वासा ५ मील है रास्ता उतराई का है यहां लकडी का बर्तन मिलता है वहां से बणीयां कुंड २ मील है बणीयां कुंड से चीपता १ मील है यहां से तुंगनाथ का रास्ता ऊपर को जाता है तुंगनाथ शिवजीका प्रिय क्षेत्र है। बहुत ठन्डी होने से यात्री लोग दर्शन करके जंगल चट्टी में आते हैं। तुंगनाथ से जंगल चट्टी ३ मील है वहां से मण्डल ५ मील है रास्ता कठिन उत्तराई का है मण्डलसे गोपेश्वर ५ मील है पहला ४ मील उत्तराई और शेष १ मील चढाईका है यहां गोपेश्वर महादेव की प्रसिद्ध मान्दिर है जिसका चत्वर अष्ट धातुसे बना हुआ है यहां शीतकल में रुद्रनाथ की पूजा होती है और मंदिर का तत्वावधान वहांका रावलजी करते हैं गोपेश्वर से चमोली ३ मील है रास्ता उतराई का है। चमोली कसवा है यहां शहर से सब चीजें मिल सकती है देवप्रयाग से जो रास्ता आता है यहां आकर मिल जाता है यहां से बद्रीनाथ ४८ मील दूर है। यात्री लोग यहां से

कोश पर दूसरे मठ चट्टी में ठहरते हैं यहां साग और जलका आराम है। यहां से आधा मील का रास्ता उत्तराई का है वहां से चिनका १॥ मील और वहां से सैयासेन ३ मील है यहां से १॥ मील सीधा जाकर १॥ मील की चढ़ाई करके पीपलकोटी मिलता है यहां सब प्रकार से यात्रीयों की सुविधा मिलती है। पीपलकोठी से गरूडगंगा ४ मील दूर पर है यहां गरूड गंगामें स्नान करके गरूड जी की पूजा करने से बद्रीनाथ यात्री को गरूड जी की सहायता मिलती है। गरूड गंगासे पत्थर लेकर बद्रीनाथ में गरूड जी के पास रखकर गरूडोप निषद् पाठ करके उस प्रस्तर को घरमें लेजाकर रखने से सर्प का भय नहीं रहता है ऐसा प्रवाद है। गरूडगंगासे पाताल गंगा ४ मील है वर्षामें रास्ता टूटकर कभी २ विकट हो जाता है। पाताल गंगा से गुलाब कोठी २ मील हैं रास्ता अच्छा है स्थान भी रमणीय है यहां से २ मील दूर पर कुम्हार चट्टी है। यहां से रुद्रनाथ को सडक जाती है। कुम्हार चट्टी से जोशीमठ ६ मील है रास्ता बहुत चढ़ाई या उतराई का नहीं है बद्रीनाथ जी का रावल और जोशीमठ का अध्यक्ष यहां रहते हैं। यहां प्राचीन नृसिंह जी का मंदिर विराजमान है। यहां से नीति घाट को एक रास्ता जाता है रास्ता में गरम जलका एक झरना भी है जोशीमठ से विष्णुप्रयाग १ मील ६ फर्लांग है रास्ता कठिन उत्तराई का है।

अलकनंदाके साथ यहां विष्णु गंगाका संगम हुआ है। यहां स्नान तर्पन करें। यहां से पाण्डुकेश्वर ६ मील हैं रास्ता चढाई उतराई का है परन्तु कठिन नहीं है पांडुकेश्वर से हनुमानचट्टी ७ मील है रास्ता सलामी चढ़ाई का है यहां से बद्रीनाथ ५-मील है

श्री बद्रीनाथ महात्म्य

इस पृथ्वीपर एक लाख पच्चीस हजार पर्वत हैं उन सब में बद्रीकाश्रम महान् पुण्य दायक और उत्तम है जहां भगवान नर नारायण विराज मान है व्यासजी कहते हैं कि हे नारदजी मैं इस समय उन्हीं के तेज और स्वरुप का वर्णन करूंगा ब्रह्मन, हिमालय पर्वतपर दो पुरुष हैं जो क्रमसे नर नारायण के नाम से प्रसिद्ध हैं उन में एक तो गौर वर्ण के हैं और दूसरे श्याम वर्ण के श्यामवर्ण वाले पुरुषही नारायण हैं ये इस जगत् के आदि कारण और प्रभु हैं इनके दो स्वरुप हैं—व्यक्त और अव्यक्त ये सनातन पुरुष हैं। उत्तरायण में ही इनकी महती पुजा होती है प्रायः ६ महीनों तक इनकी पूजा नहीं होती क्योंकि तबतक दक्षिणायंन रहता है इनका स्थान हिम से आच्छादित रहा करता है अतः इनके जैसा देवता न अबतक हुआ है और न आगे होगा बद्रीकाश्रम में देवगण निवास

करते हैं वहां ऋषियों के भी आश्रम हैं अग्नि होत्र और वेद पाठ की ध्वनी वहां सदा श्रवणगोचर होती रहती है। भगवान नारायण का दर्शन करना चाहिए उनका दर्शन करोड़ों हत्याओं का नाशक है उनमें स्नान करना चाहिए। वहां स्नान करके मनुष्य महान पांपसे मुक्त हो जाता है उस तीर्थ में जगत का स्वामी भगवान नारायण सदाही विराजमान है।

(एक पुराणो उत्तराखंड)

तप्तकुण्ड महात्म्य ।

बद्रीनाथमें तप्त कुंड है उसका महात्म्य सुनो एक समय में सब ऋषियों का प्रयागराज में समागम हुआ था अग्नि देव उन ऋषिओं के पास जाकर विनीत भाव से कहने लगे कि हे ऋषिओं में सर्व भक्षी हूँ। इसलिए आप ऐसा कोई उपाय बनावो जिसे मैं सर्व भक्ष्य पापसे छुट सकूं सर्व ऋषिओं कें अनुमोदन से महर्षि व्यासजी ने कहा आप बद्रीनाथ जाइये और उस तीर्थ की सेवन से आपका सर्व पाप नष्ट हो जायगा। अग्नि जी बद्रीनाथ जी आये और उस समय से तप्त कुंड में प्रवेश करके वहां स्नान करने वाले का पाप नाशक हुए।

ब्रह्म कपाल महात्म्य

शिवजी बोले, हे कार्तिकेय। ब्रह्माजी अपनी पुत्री सरस्वतीजी के ऊपर आसक्त होकर उनको बलात्कार से भोग किया उनका यह कर्म मेरे को अच्छा नहीं लगा। मैं उनका शिरछेदन करना उचित समझकर उनका सिर काटडाला। परंतु वह सिर निधी में न गिर कर मेरे हाथ में ही चिपट गया। मैं विष्णु जी के शरण में गया और सब वृतांत बताया। उन्होंने कहा कि आप बद्रीकाश्रम में यात्रा करिये मैं उनकी आज्ञा लेकर श्री बद्रीनाथ जी में गया। वहां जाते ही ब्रह्मा जी का कपाल मिट्टी में गिरपडा उस स्थान का नाम ब्रह्म कपाल हुआ यहां पितरों का श्राद्ध तर्पण करने से वे मुक्त हो जाते हैं यहां ब्रह्म कपाल, गरुड़ शिला चरण पादुका वसु धारा वशिष्ट गुफा कुबेर शिला भृगु गुफा माता मूर्ति व्यास गुफा गणेश गुफा और भीम शिला दर्शनीय हैं।

बद्रीनाथ से सत्यपथ करीब १२ मील है आषाढ श्रावण में यात्री वहां जा सकता है रास्ता में लक्ष्मीवन और चक्रतीर्थ दर्शन करके सत्यपथ जाना पडता है। यहां त्रिकोणाकार एक कुंड है आगे २ मील पर चंद्रकुंड और सूर्यकुंड है यहां से

स्वर्ग रोहिणी दिखाई पडती है इसे आगे कोई नहीं जा सकता। ॐ।

वापस मार्ग

बद्रीनाथ से चमोली तक ४८ मील रास्ता वापस में भी आता है। चमोली से नन्दप्रयाग ७ मील है। नन्दप्रयाग से नौली ६ मील है यहां तक रास्ता कठिन नही है नौली से १-मील चढ़ाई उतराई करके लंगासू पहुंचना पड़ता है। लंगासू-से कर्णप्रयाग ६ मील है। रास्ता अच्छा है शेष दों फर्लांग उतराई करके संगम में स्नान करना पड़ता है। उपर में आकर कर्णजी को दर्शन करना चाहिए। पुलपार होकर दो फर्लांग चढाई करके कर्णप्रयाग बाजारमें जाना पड़ता है। कर्णप्रयाग से एक रास्ता रामनगर को दूसरा देवप्रयाग को जाता है। गंगाजी के किनारे किनारे होकर ४ मील पर चेढ़ुया पिपल मिलता है, रास्ता कठिन नहीं है परन्तु टूट फूट जानें से चलना कठिन हो जाता है। चेढ़ुवा पीपलसे शिवानंदी ७॥ मील है। शिवानंदीसे रूद्रप्रयाग करीब ७ मील है। रास्ता उतराई का है। रास्ता में दुकान है, परन्तु सामान कुछ भी नहीं मिलता। रूद्र प्रयाग से खांखडा ८ मील है मोटर का रास्ता घुमकर आया है। खांखडा से श्रीनगर करीब ११ मील है रास्ता में चढ़ाई

उतराई ज्यादा नहीं है वहां से कीर्तीनगर ३ मील है कीर्ती-नगरसे मोटर का रास्ता मिल जाता है। वहां से ठिहरी ऋषिकेश या जिस किसी स्थान में मोटर से या रेल से जा सकता है।

कर्णप्रयाग से रामनगर

कर्णप्रयाग से सिमली ४ मील है रास्ता सीधा है। आदि बद्री वहां से ७॥ मील है। यहां आदि बद्री का दर्शन करना चाहिए। दिवाली खाल वहां से ७॥ मील है। यहां से मेल-चौरी १०॥ मील है रास्ता उतराई का है। यहां से कुली बद-लना पड़ता है कर्णप्रयाग से मेलचौरी २८ मलि है। मेलचौरी से चौखटिया ९॥ मील है। रामगंगाके ऊपर पक्का पुल है। यहां से एक रास्ता राणीखेत को जाता है। टयार चौखटिया से ६ मील दूर पर है। यहां नर्मदेश्वर शिवका दर्शन करना चाहिए। बुढाकेदार वहां से ६ मील हैं। नाला चट्टी बुढाके-दार से ३ मलि हैं। श्रीकोट वहां से ६ मील है। यहां जल नहीं मिलता। बसकोट वहां से २ मील है। यहां का जल अच्छा है। गुजारघाटी वहां से ६ मील है रास्ता थोडा चढ़ाई का है। गुदीचट्टी वहां से ७ मलि है टोटा आम गुदी से ६ मलि है। मोहनचट्टी वहां से ८ मील है रास्ता खराब है कुमारिया

मोहनचट्टी से ३ मील है। गराजिया यहां से ५ मील है वहां से रामनगर ८ मील है। यहां सब चीजें मिलती है।

ऋषिकेश से देवप्रयाग होकर यमनोत्री ऋषिकेश से देव-प्रयाग ४४ मील है मोटार में भी जा सकता है देवप्रयाग से खरसाडा १० मील है चढ़ाई उतराई मामूली है, कठिन नहीं। कोटेश्वर खरसारा से ४ मील है यहां महादेव का दर्शन करना। वहां से प्राडूया ६ मील है। वहां से क्यारी ६ मील है; क्यारी से टिहरी ६ मील है। टेहरी इस रियासत का राज-धानी है यहां शिखों की धर्म शाला में यात्री लोग टहरते हैं। यहां से यमनोत्री ७४ मील दूर है टिहरी से सराई ५ मील है। रास्ता सीदा है सराई से भल्ल्याणा ६ मील है। रास्ता अच्छा है बीचमें कुछ चढ़ाई उतराई है। छाम वहां से ५ मील है नगुन साम से ५ मलि है। वहां से धरासू ५ मील है धरासू से कल्याण ४ मील है। पहला तो चढाई है आधा मील बाद ६ फर्लांग का रास्ता सीदा है।

पहिले आधा मील तक चढाई करके आधा मील का उतराई है इसके बाद २ मील सीदा रास्ता है रास्ता में कोई स्थान में भी पांणी नहीं मिलेगा सिल्क्यापारा वहां से ५ मील

है वहां से गौनिया ५ मील है रास्ता सीदा है राड़ीधार वहां से ५ मील है यहां से चक्रोता का सड़क जाती है। इस से आगे चढाई शुरू होती हैं वहां से भण्डारनगीव २ मील है।

वहां से सिमली २ मील पर है यहां से उत्तर काशी को एक रास्ता जाता है। सिमली से गंगाणी २ मील है यहां से यमना चट्टी ६ मील है। ओजरी वहां से २ मील है। एक मील की चढाई है। दादुटी वहां स २॥ मील है शेष आधा मील उतराई का है वहां से आधा मील की चढाई आती है पींछे १॥ मील सीदा है वहां से हनुमान चट्टी २ मील है। रास्ता सीदा है। वहां से खरशाली ४ मील है; ३ मील रास्ता अच्छा है १ मील चढ़ाई का है यहां से यमनोत्री ४ मील है १ मील रास्ता अच्छा है पींछे आधा मील चढाई फिर आधा मील सीदा फिर १ मील की चढाई रास्ता बहुत खराब है।

यमनोत्री से गंगोत्री

यमनोत्री से सिमली तक वापस २५ मील उसी रास्ता में आना पड़ता है। सिमली से सिंगोंट ७॥ मील है। पहला १॥ मील तक सीदा है; फिर १ मील की चढाई करके सीदा है। इसके बाद ३॥ मील तक उतराई का है। सिंगोट से

नाकुरी ३॥ मील है। रास्ता १॥ मील सीदा है। नाकुरी से गंगोत्री ६२ मील है। धरासू से डुन्डा ९ मील है जंगल का रास्ता देखने में अच्छा हैं।

बीच में पानी का अभाव है। वहां से उत्तर काशी ९ मील है। और नाकुरी से ६ मील है। यह स्थान दर्शनीय है। उत्तरकाशी से मनेरी १० मील है। गंगाजी के किनारे २ होकर रास्ता जाता है। बहुत ऊचा नीचा नहीं है। मनेरी से भटवाड़ी ९ मील है। रास्ता सीधा है बीच में २ तीन छोटी २ चट्टी हैं। कुमारी होकर मल्ला से बद्रीनाथ का रास्ता जाता है। गंगाणी वहां से ९ मील है। रास्ता चढाई उतराई का है परन्तु कठीन नहीं है। सुक्की गंगाणी से ९ मील है; रास्ता चढाई उतराई का है परन्तु कठिन नहीं है ८ मील रास्ता सीधा और शेष १ मील चढाई का है धराली सुक्की से ८॥ मील है। बीचमें हरसिल का दृश्य अच्छा है। पहला १ मील चढाई का और शेष रास्ता उतराई का है। धराली से भैरव-घाटी ६॥ मील है। शेष २॥ मील चढाई उतराई का है। यहां से गंगोत्री ६॥ मील है।

———

१ देहरादून–धरासू

राजपुर ७ मील सीदा रास्ता। मसुरी ७ मील खाड़ा चढ़ाई सुवा खोली ६ मील यहां से एक रास्ता धरासू जाता है। दूसरा कारणताल होकर भल्ल्याना जाता है पहिला में जल मिल जाता है दूसरा में नहीं मिलता मोलधार ५ मील अन्धारी ७ मील वहां से न्यार चट्टी ६ मील वहां से धरासू ७ मील है।

२. सुवा खोली से दूसरा रास्ता धरासू सुवा खोली से धनोल्टी ९ मील है। रास्ता कठिन नहीं है स्थान मनोरम है। यहां से काणाताल ९ मील है। यहां जल का बहुत कष्ट है। वहां से १ मील जाकर दो रास्ता—एक टिहरी को दूसरा बांये तर्फ होकर भल्ल्याणा जाता है। दोनो में पहला उतराई और पीछे चढ़ाई पड़ती है। काणाताल से भलियाना ८ मील है; पहला ४ मील चढाई और शेष ४ मील उतराई का है। रास्ता में जल नहीं मिलता बीच में भन्डारगीव एक चटी है; वहां एक धर्मशाला भी है।

३ नरेन्द्रनगर से धरासू

ऋषिकेश से नरेन्द्रनगर १० मील मोटार का रास्ता में और ५ मील पाकदन्डी का रास्ता में कठिन चढाई करके

जाना पड़ता है। नरेन्द्रनगर से फकोट १० मील है। रास्ता सीदा है। वहां से नागणी १० मील है। पहला ५ मील उतराई और शेष ५ मील सीदा है।

चौम्मा नागणी से ११ मील है पहला तीन मील चढाई और बाकी रास्ता चढाई उतराई का है। यहां से एक रास्ता कागल पाणी होकर भल्ल्याना जाता है। इसमें बहुत चढाई पड़ती है। चौम्मा से टिहरी १० मील है। जिसको टिहरी नहीं जाना हो उसको उत्तरकाशी की सड़क पकड़ के सराई चल जाना चाहिए।

हाथी को स्नान कराने से जैसे कुछ भी फायदा नहीं है तैसे जो अपने दुष्ट स्वभाव को छोड़ने में असमर्थ है, उसको तीर्थ यात्रा से फायदा नहीं हो सकता। इसलिए तीर्थ यात्रा से बाद यात्रीओं को पापकर्म छोड़कर शास्त्र के अनुसार चलना चाहिए। गृहस्थाश्रम पालन के नियम नीचे दिये जा रहे हैं। उनको पालन करने से तीर्थ यात्रा सफल होगी।

१—रोज परमार्थ के लिए आठ घंटा व्यवहार के लिए आठ घन्टा निद्रा के लिए ६ घन्टा और अहार के लिए २ घन्टा समय देना चाहिए।

२—सवेरे चार घंटा ध्यान जप पूजा करके बीताना चाहिए शामको २ घन्टा सत्संग और सद्ग्रन्थ का विचार करना और दो घन्टा अभ्यास ध्यान जप करके बीताना चाहिए।

३—वृथावाक्यालाप, असत, आलोचना कठोर वचन और झूठ नहीं बोलना चाहिए।

४—जहां तक हो थोड़ा बोले।

५—जिस वाक्य से अपना या पराया हित न हो ऐसा वाक्य न बोले।

६—मनसे भी हिंसा न करे।

७—सबका हित चिन्तन न करे।

८—पर स्त्री संग परद्रव्य-चोरीऔपर तांड़न न करें।

९—शक्ति अनुसार सच बोले और वीर्य की रक्षा करे।

१०—वृथा समय नहीं बीताना।

११—जब कोई भी काम न हो उसवक्त आत्मा का चिन्तन न करे।

१२—रोज एक आंध घन्टा एकान्त में बैठे।

१३—अंहकार मान मोह बढाई को छोड़े।

१४—स्त्री पुत्रादिकों मे बहुत न फंसे।

१५—सज्जन और ज्ञानवान पुरुष के दर्शन में आलस न करे। उन्हों के श्रद्धा सहित भिक्षा दान करे और सेवा करके अपने कल्याण पूंछे।

१६—कामके निवृत्ति के लिये उपवास और स्वाद त्याग करे।

१७—क्रोध को दबाने के लिए सद्गुरू को स्मरण करे।

१८—लोभ त्यागने के लिए वस्तु का परिणाम चिंतन करे।

१९—धर्म में विश्वास ही कारण है अतः शास्त्र और गुरु-वाक्यमें विश्वास करे।

२०—निष्कपटको धर्म लाभ होता है। धर्म में और की सहायता नहीं है।

२१—कुटिल का संग भी न करे।

२२—हित मित और लघु भोजन करे।

२३—आत्म दृष्टी से जगत को देखे और नासाग्र या पादां-गुष्ट में दृष्टी रखकर रास्ते में चले।

२४—कुतर्क न करे।

२५—पंच यज्ञ को रोज करता रहे (पंच यज्ञ ये हैं)

(१) पितृ पुरुष को तर्पन, (२) पंचग्रास अन्न अग्नी में देना (३) अतिथी को भोजन कराना (४) रोज शास्त्र का कुछ पाठ करना (५) चिड़िया को एक मुठा अन्न देना।

२६—अमावस्या पूर्णमाशी एकादशी आदि पर्वों में वृक्षादिका छेदन न करे।

२७—गुरु और पति छोड़के किसी का जूठा न खावे।

२८—जिस कर्म करके मनमें संकोच हो ऐसा कर्म न करे।

२९—रोज शास्त्र का स्वाध्याय करे।

३०—जलमें मलमूत्र त्याग न करे।

३१—स्त्री के साथ एक विस्तर में न सोये और एक थाली में न खावे ऋतु काल में ऋतु दान करे और गर्भ काल में ब्रह्मचर्य पालन करे शास्त्र अनुसार सत्पुत्र उत्पन्न करे पशु के समान भोग विलास में मस्त न रहे।

३२—प्रमाद से कोई पाप हो जाय तो कफीद'न करके उसको धो डाले।

इन ३२ उपदेश को पालन करके जो घरमे भी रहता है उसकी भी सद्गती होती है।

॥ इति साधु प्रज्ञानाथ जी के उपदेश ॥

गृहस्थ धर्म पुराणों में

१—मनुष्योंका खुदाया हुआ पोखरा हो अथवा कोई देवकुन्ड हो या नदी अथवा उसका संगम हो इनमें उत्तरोत्तर दसगुणा पुण्य की प्राप्ती होती है तथा यदि तीर्थ में स्नान करे तो उसका अनन्त फल माना गया है"।

पद्मपुराण उत्तराखण्ड ९४।३०-३२।

२—जो धर्म के उद्देश्य से दूसरे मनुष्य से धनकी याचना करता है उसके पुण्य कर्म का फल को धन देनेवाला भी पाता है। जो दूसरे का धन चुराकर धर्म करता है उसका फल धनी को ही मिलता है कर्म करनेवाले को नहीं।

३—राजा अपनी प्रजा से गुरू शिष्य से पति अपनी स्त्री से तथा पिता अपने पुत्र से उसके पुण्य पापका छटा अंश प्राप्त करता है।

४—चार प्रकार से धन की प्राप्ति होती है (१)वंशपरम्परा (२)दैवकी अनुकूलता (३)काम करने से (४)मित्र की सहायता से।

५—जो अजित (परमात्मा) को जीतने की इच्छा करता है, उसे तपस्वी, जितेन्द्रिय मननशील, संयत चित्त और विषयों में आसक्ति नहीं रखना चाहिये।

(महाभारते)

हरिद्वार से बद्रीनाथ तक चट्टिओंका पता

नाम	दूर	नाम	दूर	नाम	दूर
सत्यनारायण	८	विघाकोटी	४	नन्दप्रयाग	३
ऋषिकेश	७	सीताकोटी	२	भटियाना	३
मुनिकिरेती	१॥	रामपुर	५	चमोली	४
लछमन झूला	१॥	विल्वकेदार	५	मठचट्टी	३
गरुड़ चट्टी	२	श्रीनगर	३	सैयासन	६
गुलर चट्टी	४	सुकृत	५	पीपलकोटी	३
महादेव चट्टी	२	ब्रहिसेरा	२॥	गरुड़गंगा	४
नै मोहन	१	खांखड़ा	३	पातालगंगा	४
बीजनी	३	नरकोटा	१॥	हेलांग	१
बन्दरचट्टी	६	गुलाबराम	३	ज्योतिरमठ	६।।।
महादेवसैन	३	रुद्रप्रयाग	१॥	विश्णुप्रयाग	२
सिमलीचट्टी	४	शिवानन्दी	७॥	पांडुकेशर	६।।।
कान्डी	३	कमेरा	४	लामकाड	४
व्यासघाट	४	गोचर	२॥	हनुमानचट्टी	३।।।
छलारी	३	चटुवापीपल	२	बद्रीनाथ धाम	३।।।
सौद	८	कर्णप्रयाग	४		
देवप्रयाग	१॥	लंगासु	६॥		१८३ मील

हरींद्वार से केदारनाथ

स्थान	दूरी
हरींद्वार से रुद्र प्रयाग	१५
छतौली	५
मठ	१
रामपुर	१
अगस्तमुनी	४॥
सौंरी	२
चंद्रपुरी	२
भीरी	२॥
कुंडा	३॥
गुप्तकाशी	२॥
नालाचट्टी	१॥
नारायणकोटी	२
मैखंडा	३॥
फाटा	२
रामपुर	३
त्रियोगीनाथ	४॥
गौरीकुंड	३
रामबाड़ा	४
केदारनाथ	३

केदारनाथ से बद्रीनाथ १०१॥

स्थान	दूरी
नालाचट्टी	१९
उखीमठ	३
गणेशचट्टी	३॥
पोथीवासा	५
चोपता	३
तुंगनाथ	३
जंगलचट्टी	३
पेगरवासा	२॥
मन्डल	४
गोपेश्वर	४॥
चमोली	३
बद्रीनाथ	४८

यमनोत्री हरद्वार से देवप्रयाग होकर १६६

स्थान	दूरी
खरसारा देवप्रयाग से	१०
कोटेश्वर	४
ब्रान्द्रया	६
क्यारी	८
टिहरी	६
सराई	५॥
भल्ल्याण	६
साम	५
नगुन	५
धरासू	५
कल्याणी	५
ज़ुनला	५
सिल्कचरी	५
बड़ीधार	५
डाण्डाल्गीव	२
सिमली	२
गंगाणी	२
यमनाचट्टी	६

उजारीचट्टी ६
दादोट्टी १॥
चनागांव २
हनुमानचट्टी २
खरसाली ४
यमनोत्री ४

१६६

गंगोत्री से
केदारनाथ
मल्लातक वापस ४०
सयाली ३
फयाल्ट ३
छुना ३

वेल्क ४
बंगाणा ५
झाला ४
बुढाकेदार ५
टोला ४
भैरवचट्टी ३

यमनोत्री से
गंगोत्री ९८

यमनात्री से
सिमली वापस २५
सिंगोट ७॥
नाकुरी ३॥
उत्तरकाशी ६

मनेरी ९
मल्ल ६
भटवाड़ी १॥
सूखी ६
गंगाणी ३
सुकी ९
धराली ७॥
भैरवघाटी ६॥
गंगोत्री ६॥
गुतूचट्टी ९
पंवाली ९
मंगू ९
त्रियुगीनाथ ५
केदारनाथ १३॥

———

* ॐ *

श्री गंगाजी कीआरती

ॐ जै गंगे माता श्री गंगे माता।
जो नर तुमको ध्याता, मन वाञ्छित फल पाता
जै जै गंगे माता

चन्द्रसी जोती तुम्हारी जल निर्मल आता
शरण पड़े जो तेरी सो नर तर जाता
जै गंगे माता श्री जै गंगे माता ॥ १ ॥

पुत्र सगर के तारे, सब जग तुमको ज्ञाता
कृपा दृष्टी तुम्हारी त्रिभुवन सुख दाता
जै गंगे माता ॥ २ ॥

एकही बार जो शरणागती तेरी आता,
यमकी त्रास मिटाकर परमगती पाता
जै गंगे माता ॥ ३ ॥

जो नर तुमको ध्याता, मन वांञ्छित फल पाता
जै गंगे माता श्री गंगे माता।

॥ श्री बद्रीनाथजी की आरती ॥

पवन मन्द सुगन्ध शीतल, हेममन्दिर शोभितम् ॥
निकट गंगा बहत निर्मल, श्रीबद्रीनाथ विश्वम्भरम् ॥ १ ॥

शेष सुमिरण करत निसदिन, ध्यान धरत महेश्वरम् ॥
श्री वेद ब्रह्मा करत स्तुती, श्रीबद्रीनाथ विश्वम्भरम् ॥ २ ॥

इन्द्र चन्द्र, कुबेर दिनकर, धूप दीप प्रकाशितम् ॥
सिद्ध मुनिजन करत जय २ श्रीबद्रीनाथ विश्वम्भरम् ॥ ३ ॥

शक्ति, गौरी, गणेश शारद, नारद मुनि उच्चारणम् ॥
योगी ध्यान अपार लीला, श्रीबद्रीनाथ विश्वम्भरम् ॥ ४ ॥

यक्ष किन्नर करत कौतुक, ज्ञान गन्धर्व प्रकाशितम् ॥
श्रीलक्ष्मी कमला चवर डोले, श्रीबद्रीनाथ विश्वम्भरम् ॥ ५ ॥

कैलाशमें एक देव निरञ्जन, शैल शिखर महेश्वरम् ॥
राजा युधिष्ठिर करत स्तुती श्रीबद्रीनाथ विश्वम्भरम् ॥ ६ ॥

श्रीबद्रीनाथ की पढ़त स्तुती, होत पाप विनाशनम् ॥
कोटी तीर्थ भयो पुण्य, प्राप्त ये फल दायकम् ॥ ७ ॥

:: उत्तराखण्ड का नक्शा ::